

# SERVEI GRATUÏT DE VALORACIÓ BÀSICA DE SALUT

## Unitat de Medicina Esportiva | Servei Assistencial de Salut

El metge de la UME es posa a la teva disposició amb aquest **servei gratuït de visites** on atindrà les teves consultes sobre **lesions, dolors musculars, entrenament, activitat física saludable, alimentació i dieta**, etc. Obtindràs una **recomanació professional individualitzada** que t'orientarà sobre tot allò que **pots trobar al SAF** per aconseguir una pràctica d'activitat física saludable segons els teus interessos.

### Com pots accedir a aquest servei gratuït?

1. Reserva visita per a la propera sessió apuntant-te al full que tens més avall.
2. Agafa una butlleta de "**Valoració bàsica de salut**", emplena-la amb les teves dades personals i amb la informació que consideris i porta-la a la visita.
3. Adreça't a la Unitat de Medicina Esportiva i el dia i hora reservats.

## Calendari de VALORACIÓ BÀSICA DE SALUT

### Octubre

Dt	7/10/2014
Dt	21/10/2014

### Novembre

Dt	4/11/2014
Dt	18/11/2014

### Gener

Dt	13/01/2015
Dt	27/01/2015

### Març

Dt	10/03/2015
Dt	24/03/2015

### Maig

Dt	5/05/2015
Dt	19/05/2015

**Tots els dimarts aquí indicats, de 18 a 18.50h**

### Desembre

Dt	2/12/2014
Dt	16/12/2014

### Febrer

Dt	10/02/2015
Dt	24/02/2015

### Abril

Dt	7/04/2015
Dt	21/04/2015

### Juny

Dt	2/06/2015
Dt	16/06/2015